

PROBLEMI SA PAMCENJEM: STA SE MOZE URADITI MEMORY PROBLEMS : WHAT CAN BE DONE - Bosnian

- 1. Sta je normalno starenje?** Starenje moze uticati na sposobnost mozga da nauci i zapamti nove informacije. Medutim, kod **normalog** starenja, ovi problemi sa pamcenjem ne ometaju rutinske svakodnevne aktivnosti.
- 2. Sta NIJE normalno starenje?** Nije normalno kada problemi sa pamcenjem, uključujući rasudjivanje, ponasanje i govor, ometaju rutinske svakodnevne aktivnosti osobe i kada osoba funkcioniše ispod uobičajenog nivoa. Ta osoba možda ima demenciju.
- 3. Sta je Demencija?** Demencija je termin koji se koristi za grupu simptoma. Kada neko ima demenciju ta osoba ima smanjenu sposobnost misljenja i socijalnih aktivnosti što utice na njene rutinske svakodnevne aktivnosti. Uzroci demencije su mnogostruki.

Prvi znaci demencije se mogu razlikovati od osobe do osobe. Evo nekih znakova rane demencije.

- Postavljanje istog pitanja ili ponavljanje nečega stalno.
- Zaboravljanje skorasnijih vaznih dogadjaja, kao što je vjencanje u porodici.
- Izgubljenost u poznatim prostorima.
- Zaboravljanje da se plate računi, ili placanje istog računa vise puta.
- Zaboravljanje kako se kuha uobičajena hrana.
- Drastичne promjene raspoloženja ili ponasanja, na primjer od mirnog stanja do suza i ljutnje – bez ociglednog razloga.
- Lose rasudjivanje
- Poteskoće da se pronadaju odgovarajuće riječi.
- Promjene u vozackim sposobnostima.
- Opasni postupci kao što su: ostavljanje uključenog sporeta, zaboravljanje ili ostavljanje upaljene cigarete, ili ne zaključavanje vrata.

- 4. Sta je Alzheimerova bolest?** Alzheimerova bolest je jedan od najčešćih oblika demencije. Karakteristična je po problemima sa jednim ili vise mogućnosti misljenja, kao što su orijentacija, govor ili paznja.

Postoje fizičke promjene koje nastupaju u i izvan celija mozga i koje uticu na mogućnost mozga da funkcioniše normalno. Kod ove bolesti, problemi sa pamcenjem se pogorsavaju sa vremenom.

- 5. Koje bolesti imaju slicne simptome kao demencija, ali se mogu promjeniti?** Slicni simptomi se mogu pojaviti kod secerne bolesti, srčanog oboljenja, visokog krvnog pritiska, mozdanog udara, depresije, poremećaja tiroidne zljezde, kod uzimanja alkohola ili lijekova.

6. Kako znate da neko ima Alzheimerovu bolest? Definitivna dijagnoza Alzheimerove bolesti sa dobiva nakon smrti, pregledom mozga. Međutim, mogu se uraditi testovi koji ispituju ostale uzroke demencije. Ako se ne ustanove drugi uzroci, doktor će dati dijagnozu "vjerovatne" Alzheimerove bolesti. U dodatku sa zdravstvenom istorijom rutinski mogu se uraditi testovi koji uključuju: pregled mentalnog statusa, neurološki pregled, labaratorijski testove krvi i rendgensko ili drugo snimanje mozga.

7. Kako je ceste Alzheimerova bolest i druge demencije? Pet do deset posto osoba starih 65 godina ima Alzheimerovu bolest. Ovo se povećava do 30 do 40 posto kod osoba 85 godina i starijih.

8. Da li postoji bilo kakav lijek za Alzheimerovu bolest? Da. Postoje lijekovi koji usporavaju napredak bolesti; i postoje lijekovi koji regulisu ponasanja kao što su nekontrolisana ljutnja, halucinacije (kada se vide ili čuju stvari koje ne postoje) i obmane (vjerovanje u stvari koje nisu realne).

9. Kakva je pomoć dostupna osobama sa problemima sa pamcenjem? U ranim fazama, osobi može koristiti da sazna sta da očekuje kako bolest napreduje, tako da on/ona i njihova porodica se mogu pripremiti. Postoje stampani i video materijali na Engleskom jeziku kao i na nekoliko drugih jezika. Za neke osobe takođe je korisno da pricaju sa drugim osobama koje imaju slične probleme sa pamcenjem. Takodje, lijekovi koji usporavaju gubitak pamcenja su najefektniji u ranim fazama.

U kasnijim fazama, kako osoba sve vise i vise gubi pamcenje, može joj koristiti da bude u ustanovi za dnevnu brigu o odraslima i eventualno može biti korisno da živi u starackom domu gdje može dobiti vise profesionalne njegе..

10. Kakva je pomoć dostupna za porodicu? Porodica treba da zna sta da očekuje kako bolest napreduje i kako da odgovori na različite vrste ponasanja. Informacije su dostupne na Engleskom jeziku kao i na nekoliko drugih jezika. Postoje stampane i vizuelne informacije, kao i informacije na internetu. Postoji mogućnost razgovora sa ekspertima i sa ostalim ljudima koji prolaze kroz slično iskustvo sa nekim od svojih bliznjih. Postoje programi koji omogućavaju odmor za članove familije od fizickog i mentalnog stresa izazvanog brigom za nekog ko ima ozbiljan gubitak pamcenja. Primjeri takvih programa su: dnevna njega za odrasle gdje osoba sa problemima pamcenja može biti u zasticenoj sredini pola dana ili cijeli dan; pomoć u kući kada neko dolazi u vasu kuću da pomogne sa dnevnim obavezama, uključujući licnu brigu o vašem članu porodice. Čak postoje i prostorije za smještaj gdje osoba sa problemima pamcenja može ostati preko noci ili čak duže da biste vi mogli otici na godišnji odmor.